

Hei kaikki

Heraklesin nuoret saivat nautti maajoukketunnelmasta viime viikonloppuna käydyissä Pohjoismaisissa mestaruuskisoissa.

Molemmat Arttu sekä Saimi depytoivat kansainvälisessä kisassa tehden hienot suoritukset. Arttu nosti hopealle ja Saimi oli upeasti viides omaa sarjaa vanhemmassa ikäluokassa. Isosti onnea molemmille. Kaikki tulokset on luettavissa liiton sivuilta: [17- ja 20-vuotiaiden PM-kilpailut, Rovaniemi \(OAK\) - Painonnostoliitto](#)

Marraskuun alussa Pyhäinpäivänä Aino ja Ilona kisasivat opiskelijoiden Suomen mestaruuksista Tampereen Hervannassa. Molemmat nostivat hienon kisan, Aino siirsi työntöennätystään lähemmäksi sataa kiloa nostaen nyt 98kg. Aino teki myös yhteistulosennätyksensä ja samalla rikkoitui SM-kisaraja vuoden 2024 yleisen Sarjan SM-kisoihin. Ilona teki myös upeaa jälkeä temmaten uudet ennätykset 81kg ja ollen kokonaiskilpailun kolmas. Paljon onnea molemmille! Tarkemmat tulokset voi lukea liiton sivuilta: [Opiskelijoiden mestaruuskilpailut, Tampere \(TP\) - Painonnostoliitto](#)

25.11. klo 12-14 järjestetään PerhePunttiPäivä heraklesin jäsenten lapsille, lapsenlapsille, sukulaislapsille tai naapurin lapselle, jonka ikä on 9-15v. Tapahtuma on jäsenille ilmainen ja tarkemmat tiedot löytyvät jäsenkirjeen mukana olevasta liitteestä.

27.11. Heraklesin edustus Suomen Painonnostoliiton vuosikokouksessa on Niina Saarman-Bartholdi (pj) valtakirjalla, Terhi Lumme (hallitusjäsen), Max Barkman (hallitusjäsen) sekä Esa Lomma (kunniapuheenjohtaja)

Heraklesin mestaruuskisat lähestyvät! Kisat nostetaan 2.12. klo 10.00 alkaen. Punnitusaika on klo 8-9. Mukaan nostamaan pääsee ilmoittautumalla [Suomisportissa](#) Kisojen tauoilla palkitaan vuoden parhaita urheilijoita. Tänä vuonna palkitaan paras nainen ja mies, paras mastersmies ja -nainen, paras junnutyttö ja -poika sekä paras nuori nainen ja nuori mies. Lisäksi muistamme vuoden valmentajaa ja tuomaria.

Mestaruuskisojen aikana on myös tarjolla mitalikakkua vuoden aikana SM-, Masters EM ja Masters MM-mitaleja saaneiden kunniaksi.

Mestaruuskisojen jälkeen on sääntömääräisen vuosikokouksen vuoro. Kokous pidetään kahvion kabinetissa ja kokous alkaa heti kisojen päättymisen jälkeen.

Kokouskutsu:

Tervetuloa Heraklesin sääntömääräiseen vuosikokoukseen.

Vuosikokous 2.12.2023

Kokousaika: heti mestaruuskisojen jälkeen

Paikka: Ruskeasuon kahvion kabinetti

Kokous on avoin kaikille heraklesin vuoden 2023 jäsenmaksun maksaneille jäsenille.

Vuosikokous asialista

- 1. kokouksen avaus**
- 2. valitaan kokoukselle puheenjohtaja, sihteeri, kaksi pöytäkirjantarkastajaa ja tarvittaessa kaksi ääntenlaskijaa**
- 3. todetaan läsnäolevat äänioikeutetut jäsenet**
- 4. todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus**
- 5. hyväksytään kokouksen työjärjestys**
- 6. vahvistetaan toimintasuunnitelma 2024, tulo- ja menoarvio 2024 sekä jäsenmaksujen suuruus vuodelle 2024**

7. valitaan hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle: 3 varsinaista jäsentä kaksivuotiskaudelle sekä 0-2 varajäsentä yksivuoriskaudelle

8. valitaan tilintarkastaja ja varatilintarkastaja

9. vahvistetaan sääntömuutokset:

a) vuosikokouksen siirtämisestä nykyiseltä paikalta joulukuulta helmikuulle, jolloin tilinpäätöskokous olisi vuosikokouksen yhteydessä

b) sitoutuminen eettisiin periaatteisiin ja urheilun oikeusturvalautakunnan ja eettisten asioiden kurinpitolautakunnan toimivaltaan:

Seura ja seuran jäsenet sitoutuvat:

- urheiluyhteisön vastuullisuusohjelmaan ja Reilun pelin periaatteisiin

- Suomen Olympiakomitean asettaman urheilun oikeusturvalautakunnan ja urheiluyhteisön yhteisen eettisten rikkomusten kurinpitolautakunnan toimivaltaan

- liikunnan ja urheilun yhteisiin vakavaa epäasiallista käyttäytymistä ja vakavia eettisiä rikkomuksia koskeviin kurinpitomääräyksiin

- noudattamaan yllä mainittujen oikeusturvalautakunnan ja kurinpitolautakunnan päätöksiä

c) seurasta eroaminen: *Jäsenellä on oikeus erota seurasta ilmoittamalla siitä kirjallisesti hallitukselle tai sen puheenjohtajalle taikka ilmoittamalla erosta seuran kokouksessa pöytäkirjaan merkit semistä varten. Ero katsotaan tapahtuneeksi heti, kun ilmoitus on tehty, mutta eroava jäsen on velvollinen suorittamaan jäsenmaksunsa kuluvan kalenterivuoden loppuun asti sekä hoitamaan muut seuran toimintaan osallistumiseensa liittyvät taloudelliset velvoitteensa seuran toimintaperiaatteiden mukaisesti.*

d) jäsenen erottaminen maksamattoman jäsenmaksun johdosta: *jäsen katsotaan eronneeksi, jos hän on jättänyt kuusi kuukautta sitten erääntyneen jäsenmaksun maksamatta*

e) jäsenen erottaminen ja muut kurinpitotoimet:

Seuran jäsen sitoutuu noudattamaan:

- seuran sääntöjä tai niiden nojalla annettuja muita määräyksiä ja päätöksiä

- niiden järjestöjen, joiden jäsen seura on, sääntöjä tai niiden nojalla annettuja muita määräyksiä ja päätöksiä

- urheilun eettisiä periaatteita

- kulloinkin voimassa olevaa kansainvälistä ja kansallista antidopingsäännöstöä ja kansainvälisen lajiliiton antidopingsäännöstöjä sekä kansainvälisen olympiakomitean antidopingsäännöstöjä

- kilpailutulosten ja -tapahtumien manipuloinnin kieltä koskevia säännöstöjä

Rangaista voidaan seuran jäsentä tai sitä, joka on seuran toiminnassa mukana tai joka on kirjallisesti sitoutunut näihin sääntöihin.

Rangaistavaa on:

- toimiminen tavalla, jonka tunnusmerkit täyttävät yhdistyslaissa mainitut erottamisperusteet

- näiden sääntöjen tai niiden nojalla annettujen muiden määräysten ja päätösten vastainen toiminta
- niiden järjestöjen, joiden jäsenenä seura on, sääntöjen tai niiden nojalla annettujen muiden määräysten ja päätösten vastainen toiminta
- syyllistyminen dopingrikkomukseen
- toimiminen seuran tarkoitusta vastaan
- seuran maineen vahingoittaminen seuran toiminnassa tai sen ulkopuolella
- liikunnan ja urheilun eettisten periaatteiden rikkominen
- syyllistyminen rikokseen seuran toiminnassa tai sen ulkopuolella, jos rikoksesta on tuomittu ehdolliseen tai ehdottomaan vankeusrangaistukseen

Liikunnan ja urheilun eettisten periaatteiden rikkomista ovat muun muassa:

- huumeiden ja dopingaineiden käyttö tai käytön edistäminen
- julkinen häiritsevä esiintyminen alkoholin tai huumausaineiden vaikutuksen alaisena seuran toiminnassa tai sen ulkopuolella
- tupakan ja tupakkatuotteiden käytön yhdistäminen urheilutilanteisiin
- epäasiallinen käyttäytyminen kilpailu- ja harjoitustilanteessa
- väkivalta, törkeä kielenkäyttö ja epäasiallinen arvostelu
- urheiluhuijaus, kuten kilpailutilan tai -välineiden manipulointi
- kilpailutulosten ja -tapahtumien manipulointi tai niiden yritys
- vedonlyönti omasta kilpailusta joko itse tai edustajan kautta
- lainvastainen mainonta
- seksuaalinen ja sukupuoleen perustuva häirintä kaikissa muodoissaan riippumatta siitä seuraako teosta rikosoikeudellinen rangaistus
- rasistinen käytös seurassa tai sen ulkopuolella
- lahjonta

Rangaistuksena voidaan määrätä varoitus, sakko, jäsenoikeuksien määräaikainen rajoittaminen, pelikielto, toimintakielto seuran toiminnasta tai erottaminen seurasta.

Hallitus päättää erottamisesta ja muista kurinpitotoimista ja niiden yhteydessä annettavista rangaistuksista. Asianosaista on aina kuultava ennen päätöksen tekemistä.

Seuran kokous voi hallituksen esityksestä päättää kurinpitovallan siirtämisestä erilliselle kurinpitoelimelle ja hyväksyä tälle elimelle oman johtosäännön.

Erottamis- ja kurinpitopäätös tulee voimaan heti ja sen katsotaan tulleen asianomaisen tietoon viisi päivää sen jälkeen, kun päätös on lähetetty hänelle kirjatussa kirjeessä.

Päätös voidaan antaa todisteellisesti tiedoksi myös muulla tavalla, jolloin päätös on tullut tietoon tiedoksiantohetkellä.

Erotetulla ja kurinpitopäätöksen kohteella ei ole oikeutta vaatia takaisin seuralle suorittamiaan maksuja.

Dopingrikkomukset ja seuran jäsenelle niistä määrättävät seuraamukset on määrätty edellä mainituissa antidopingsäännöstoissä.

Mikäli lajiliiton tai muun kattojärjestön sääntöjä ja määräyksiä epäillään rikotun, on näillä järjestöillä ensisijainen kurinpitovalta. Mikäli kyse on urheiluyhteisön yhteisen eettisten rikkomusten kurinpitolautakunnan toimivaltaan kuuluvasta asiasta, käsitellään kurinpitoasia kyseisessä kurinpitolautakunnassa. Seuran tulee ottaa huomioon muussa elimessä tehdyt päätökset omassa kurinpitomenettelyssään.

Mikäli yhdistyksen jäsen haluaa saada jonkin asian yhdistyksen vuosikokouksen käsiteltäväksi, on hänen ilmoitettava siitä kirjallisesti hallitukselle seitsemän päivää ennen että asia voidaan lisätä asialistalle.

Tiedotusluontoinen asia:

Heraklesin hallitus on 7.11.2023 pidetyssä hallituskokouksessa päättänyt erottamaan seurajäsen Aleksi Schöningin.

Hallitus on aikaisemmin keväällä nimennyt Heraklesin varapuheenjohtaja Mika Tiaisen asianhoitajaksi.

Mikäli jäsenillä tulee erottamisesta kysyttävää, voi kysymykset esittää Mikalle 045 356 9530 tai mika.tiainen1@gmail.com

Niina

pj

--